

报眉广告
139 307 58 496

无痛 轻松解决哺乳期奶少,堵奶,乳腺管
催乳 不通畅,清水奶,大小乳等问题。
地址:沧州市运河区锦绣天地底商 电话微信:18730726672 无痛催乳刘老师

健康

2023年9月12日 星期一
责任校对 汤娜

责任编辑 马玉梅
乔文英

14
沧州晚报

参加葬礼后咬人,女子被怀疑“撞鬼”

其实是患上脑肿瘤,预警信号需警惕

近日,湖南岳阳一女子在参加晚辈葬礼时突然晕厥,醒来后就开始攻击身边人,多名家属被她咬伤、抓伤。据家属称,按照当地习俗,长辈不能参加晚辈的葬礼。因此怀疑黄女士是不是在葬礼上“撞了鬼”。最终,经医生检查发现,女子前颅底深处有一颗肉丸大小的脑膜瘤。



1 脑肿瘤死亡率高居世界首位

其实,精神行为异常是脑肿瘤的预警信号之一。额颞叶脑肿瘤可导致人格变化,行为方式异常,情绪波动明显,不同于先前的表现。脑皮层受压还会导致愣神、抽搐等癫痫

症状。

如发现家人出现言谈举止和思维方式不同以往,一定要重视起来,很有可能是脑肿瘤在捣乱。

据统计,我国脑肿瘤的发病率和死

亡率高居世界首位,年发病率为7/10万,虽然仅占全身肿瘤的2%,但是其致死率在12岁以下儿童中高居第一,在成人中也位居第十。

2 脑肿瘤有哪些预警信号

脑肿瘤预警信号取决于病变的性质、大小和生长位置,当它在颅内有限空间中生长时,常造成临近脑组织受压,进而引起神经功能障碍、颅压升高等异常。

常见预警信号包括:

头痛 约半数的脑肿瘤病人有头痛症状,这是因肿瘤刺激脑膜、血管等导致,随着肿瘤的变大,正常脑部组织也会受到严重压迫。

虽然头痛的原因很多,许多非脑肿瘤病人因劳累、紧张、偏头痛等原因可有头痛症状,但是如果头痛变得越来越频繁,运动或者改变姿势时头痛明显,或以晨起时为重,普通止痛药物无效时,则需警惕脑肿瘤的可能性。

乏力 罹患脑肿瘤患者大部分时间会自觉疲劳,甚至是嗜睡,午睡时间明显延长,四肢沉重,运动或工作后疲劳感明显。

正常身体劳累导致的乏力,与生活方式、精神压力相关,经过休息后多可改善。而脑肿瘤患者的乏力感,很难休息后自行缓解,这种异常疲倦可能由肿瘤本身、身体抵抗和疾病消耗引起。

恶心呕吐 恶心呕吐是多种疾病的

常见症状,不同于其他疾病,脑肿瘤因造成颅内压增高导致恶心呕吐,位于后颅窝的病变更常见,并且常有呛咳误吸的问题。

如果早晨起来恶心加剧,呕吐频繁,或者经常无缘由地呛咳,感到恶心,出现呕吐,就要考虑存在脑肿瘤的可能。

视力受损 垂体或者颅底的脑肿瘤会直接压迫视神经,患者会自觉视力模糊,视野受损,走路时常会撞到其他人甚至门框。另外,其他脑肿瘤导致的慢性颅内压增高,也会间接导致视神经水肿,视力下降。

很多人会当成眼部疾病,反复检查却始终未发现异常。如果视力变得模糊,阅读或观看视频困难,眼科检查无明显异常,就需要警惕脑肿瘤。

肢体笨拙 脑肿瘤可压迫皮层躯体运动中枢等脑功能区,导致对侧躯体无力,协调性下降,影响运动和日常生活。同时,可伴有面瘫,还会存在言语障碍的可能。

患者跑步或走路时可失去平衡甚至跌倒,肢体笨拙。既往没有神经科疾病

者,若出现类似症状,需尽快前往医院检查。

听力障碍 脑肿瘤患者可有阵发性耳鸣,听力渐渐变差,肿瘤较大时可伴随着同侧脸麻、面瘫,严重者可能同时伴有吞咽困难、步态不稳甚至视力模糊等症状。如果出现类似症状,就要高度怀疑脑肿瘤。

激素或外貌异常 年轻女性无故停经泌乳,还会出现满月脸、水牛背,鞋子逐渐穿不下等,这些都有可能与脑垂体腺瘤相关。

垂体瘤分泌的这些激素可以导致人体不正常的激素分泌,进而导致外貌、月经等异常。

具备两个及以上症状的患者,需要尽快前往医院神经外科,进行相关检查及化验来辅助诊断。

实验室检验方面,脑肿瘤需要完成血常规、肝肾功及激素等血液化验;影像学方面,常用的检查包括CT、MRI;对于累及功能区的患者,还需要完成神经纤维追踪和功能磁共振等检查,以利于协助制定手术计划。

据新华网网

健康知识宣传 55

怎样吃月饼才健康

农历八月十五中秋节,是我国的传统节日,月饼和赏月都必不可少。在老少团圆、其乐融融的好时光里,做到科学吃月饼,让健康与美味相伴。

月饼不宜多吃

月饼由油皮和内馅组成,是高糖、高脂肪、高热量食品。吃月饼要适量,正常成年人每次吃半块为宜,咸蛋黄不应多于1个。老年人食用量应减半,一天不超过1/4个月饼,尽可能避免蛋黄月饼,或者整体考虑全天的饮食,为吃月饼减少一些其他的餐食。

合理搭配解油腻

月饼搭配清茶 月饼富含脂肪,吃时不宜配冷饮,否则可能会引起腹泻。泡一杯热茶或备一杯温开水,都是不错的选择。

茶水中含有丰富的茶多酚,可以止渴、吸附油脂并帮助排出体外,有助于消化,并且可以避免过多的热量引起身体不适,可以选择绿茶、花茶、乌龙茶等。吃月饼,搭配一杯清茶,更增添几分赏月的雅兴。

月饼搭配水果 可选用应季的蔬果搭配吃,如柚子、猕猴桃、酥梨等,因其含有丰富的维生素C、矿物质及膳食纤维,可以促进胃肠道的蠕动帮助消化。切记不要搭配葡萄、龙眼、榴莲等含糖量高的水果,以免“雪上加霜”。

“无糖月饼”真的无糖吗

市面上大多数“无糖月饼”虽然不含蔗糖,但是使用的是糖醇类甜味剂,且“无糖月饼”所含油脂热量仍然较高。

即使不添加蔗糖,月饼的外皮仍然含有淀粉,这些碳水化合物就可能转化为葡萄糖,摄入过多同样会引起血糖升高。

因此超重、肥胖、患有消化道疾病、高脂血症、高胆固醇、糖尿病等人群,要特别注意少吃。

中秋节是合家团圆的日子,吃完月饼和家人一起运动起来,以减少糖分的摄入,可选择适合各种年龄段的运动,如快步走或是饭后散步等。

传播健康知识 提升健康素养



权威·及时·易懂

肩颈不适去放松,按摩时突感全身“过电”

医生提醒:年龄较大、颈椎骨质增生严重患者,按摩时应谨慎

肩颈不适去按摩放松,不料突感全身“触电”,双手发麻,到医院检查才知,引发了颈椎病。

按摩时突感双手发麻,全身像“过电”

近日,武汉汉口37岁的张先生和家人一起去按摩店按摩放松。张先生平时伏案工作时间长,偶尔觉得肩颈不舒服,按摩之后能得到改善。

当天下午,张先生和往常一

样找按摩师按摩肩颈部。“有一个步骤就是把脖子往后仰。”据张先生描述,当按摩师做这个动作时,他突然感觉双手一麻,浑身像“过电”一样的感受。

刚开始张先生并未在意,但双手发麻的症状迟迟没有消失,他这才紧张起来,赶紧到医院就诊。

在武汉市第四医院古田院区脊柱外科,接诊医生详细询问了张先生的情况,并为其进行颈部影像学检查。

颈椎磁共振显示,张先生颈椎退行性病变,颈5/6椎间盘突出,双侧神经根受压,最终诊断为神经根型颈椎病。

得知张先生在出现症状前有颈部按摩经历,医生分析,张先生颈椎病症状的诱发可能与颈部按摩相关。

按摩过程中,掰、旋转这些动作可能加重了张先生颈椎间盘的撕裂、纤维环的撕裂和髓核的脱出,进而加重对神经根的挤压,引起症状。

这些情况不能按摩

生活中,不少人在出现颈肩部酸痛时都会首先尝试推拿、按摩等理疗的方法以缓解不适。

武汉市第四医院脊柱外科医生提醒,按摩并非适用于所有颈椎病患者。有以下这些情况最好不要采取按摩方法进行治疗。如患者年龄较大,颈椎骨质增生严重,按摩时应谨慎,尤其不能强行采用纠正错位的按摩手法。

此外,影像学检查提示,颈椎椎管狭窄、脊髓受压明显者,不能按摩治疗;神经根受压,会发生急性神经根炎症,表现为颈肩背部和上肢的剧烈疼痛,不能按摩,以免加重病情;有眩晕、恶心、呕吐,按摩颈部引起上述症状加重者,暂时不要按摩,以减少对颈椎的刺激;患有严重骨质疏松者,不能按摩,以免引起骨折。

据长江日报

健康热线:3155679